

DVD
随书附赠DVD

112种面包的
详细步骤图和DVD形象教学
让家庭主妇及专业人士轻松上手

国家级名师编写的烘焙教科书

烘焙宝典 面包教室

主编 黎国雄



湖南美术出版社



YZL0890119237

112种面包的
详细步骤图和DVD形象教学
让家庭主妇及专业人士轻松上手

国家级名师编写的面包教科书

烘焙宝典 面包教室

主编 黎国雄



YZLI0890119237

 湖南美术出版社

图书在版编目(CIP)数据

面包教室 / 黎国雄主编. — 长沙:湖南美术出版社, 2010. 8

(烘焙宝典)

ISBN 978-7-5356-3834-2

I. ①面… II. ①黎… III. ①面包—制作 IV. ①TS213.2

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第161809号

烘焙宝典——面包教室

策 划: 金版文化

主 编: 黎国雄

责任编辑: 李 松

封面设计: 朱小良

摄 影: 陈键强

出版发行: 湖南美术出版社

(长沙市东二环一段622号)

经 销: 湖南省新华书店

印 刷: 深圳市佳信达印务有限公司

(深圳市宝安区观澜观光路128号库坑路口广澜工业园)

开 本: 711×1016 1/32

印 张: 8

版 次: 2011年7月第1版 2011年7月第2次印刷

书 号: ISBN 978-7-5356-3834-2

定 价: 34.80元

【版权所有, 请勿翻印、转载】

邮购联系: 0755-83476130 邮编: 518000

网 址: <http://www.ch-jinban.com/>

电子邮箱: szjinban@163.com

如有倒装、破损、少页等印装质量问题, 请与印刷厂联系调换。

联系电话: 0755-81702556

目录

CONTENTS



Part1 面包制作基础知识

制作面包的基本原料	008
制作面包的基本工具	010
制作面包时的常见问题	011
面包保存方法及保质期	013
面包基本馅料和皮的制作	014
椰蓉馅	014
鸡尾馅	014
苹果馅	015
巧克力馅	015
椰子馅	016
流沙馅	016
乳酪馅	017
椰奶提子馅	017
乳酪克林姆馅	018
蒜蓉馅	018



蛋黄酱	019
黄金酱	019
沙拉酱	020
紫香面糊	020
泡芙糊	021
酥菠萝	021
香酥粒	022
松酥粒	022
菠萝皮	023
广式菠萝皮	024
起酥皮	025

Part2 初级面包制作入门

乳酪红椒面包	029
胡萝卜营养面包	031
燕麦面包	033



牛油面包	035
枸杞养生面包	037
花生球	039
杏仁提子面包	040
咖啡面包	043
酸奶面包	044
红糖面包	046
苹果面包	048
洋葱芝士面包	050
草莓面包	052
蜜豆黄金面包	054
巧克力球	056
美式提子面包	058
鸡尾面包	060
芝士可松面包	062
黄金杏仁面包	064
果盆子面包	066
双色和香面包	068
东叔串	070
三文治吐司	072
香菇芝士吐司	074
玉米三文治	076

Part3 中级面包制作入门

巧克力面包	081
鲍汁叉烧面包	082
流沙面包	084
西式香肠面包	086
菠萝蜜豆面包	088
燕麦起酥包	090

可松面包	092
田园风光面包	094
番茄面包	096
瑞士红豆面包	098
玉米芝士面包	100
亚提士面包	102
番茄蛋面包	104
黑椒热狗丹麦面包	106
红豆辫子面包	108
肉松芝士面包	110
全麦长棍面包	112
培根串	114
雪山椰卷	116

Part4 高级面包制作入门

中法面包	121
全麦核桃面包	123
乳酪苹果面包	125
卡士达面包	127
法式大蒜面包	129
牛油排面包	131
玉米沙拉面包	133
腰果全麦面包	135
维也纳苹果面包	136
酸奶酪面包	138
茄司面包	140
洋葱培根面包	142
芝士火腿面包	144
草莓夹心面包	146
甘纳豆面包	148

椰子丹麦面包	150
牛奶香酥面包	152
奶油椰子面包	154
炸香菇鸡面包	156
蓝莓菠萝面包	158
虾仁玉米面包	160
鸡肉芝士面包	162
美妙蒜蓉面包	164
菠萝提子面包	166
香芹热狗面包	168
全麦芝士面包	170
乳酪枸杞面包	172
红糖提子面包	174
番茄牛角面包	176
蝴蝶丹麦面包	178
火腿芝士丹麦面包	180
椰奶提子丹麦面包	182
麻糖花面包	184
瓜子仁面包	186
香菇鸡面包	188
毛毛虫面包	190
南瓜芝士面包	192
蔓越莓辫子面包	194
甘纳和风面包	196
禾穗椰蓉面包	198
黄桃面包	200
椰奶提子面包	202
调理肉松面包	204
核桃提子丹麦面包	206
番茄热狗丹麦面包	208
培根可松面包	210

巧克力菠萝面包	212
栗茸麻花面包	214
奶酪蓝莓面包	216
起酥肉松面包	218
菠萝椰子面包	220
黄金玉米面包	222
香芹培根面包	224
南瓜面包	226
提子核桃吐司	229
甘笋吐司	231
香橙吐司	232
蔓越莓吐司	234
香菇鸡粒吐司	236
培根芝士吐司	238
黑椒热狗吐司	240
火腿蛋三文治	242
焗烤肉松三文治	244
培根芝士三文治	246
牛油小布利	249
香菇培根卷	250
奶油吉士条	252
法式芝麻棒	254







面包

Part 1

制作基础知识

面包是一种以小麦粉为主要原料，以酵母、鸡蛋、油脂、果仁等，为辅料经过发酵、整形、成型、焙烤、冷却等过程加工而成的焙烤食品。这一章主要介绍制作面包的基本材料和工具，以及制作面包过程中的常见问题。只有更好地了解了面包，才能制作出高品质的面包。

制作面包的基本原料



看着面包店里香喷喷的出炉面包，你是不是也心动想自己亲手制作一个呢？其实，自己做面包也不是一件很困难的事情，只要掌握好方法和步骤，准备好以下为你介绍的基本原料，那么自己制作出一个面包就不再是什么幻想了。赶快行动吧！

✿ 泡打粉

泡打粉是一种复合疏松剂，又称为发粉和发酵粉，主要用作面制食品的快速疏松剂。泡打粉在接触水分、酸性及碱性粉末同时溶于水中而起反应时，有一部分会释出二氧化碳，而且，在烘焙加热的过程中，会释放出更多的气体，这些气体会使成品达到膨胀及松软的效果。但是，过量的使用反而会使成品组织粗糙，影响风味甚至外观。

✿ 改良剂

面包改良剂是用于面包制作的一种烘焙原料，可促进面包柔软和增加面包烘焙弹性，并有效延缓面包老化、延长货架期。

✿ 盐

在大多数烘焙食品中，盐是一种最重要的调味料，适量的盐可增进原料特有的风味。盐在面团中可增进面团的韧性和弹性盐还可以改良发酵品表皮的颜色，降低面糊的焦化。

✿ 油脂

是油和脂的总称，在常温下呈液态的称为油，呈固态或半固态的称为脂。油脂在食品中不仅有调味作用，还能提高食品的营养价值。在制作面包的面团过程中添加油脂，能大大提高面团的可塑性，并使成品表面柔软光亮。



✿ 面粉

面粉是制作面包的最主要原料，品种繁多，在使用时 要根据需要进行选择。面粉的气味和滋味是鉴定其质量的重要感官指标，好面粉闻起来有新鲜而清淡的香味，嚼起来略具甜味；凡是有酸味、苦味、霉味和腐败臭味的面粉都属变质面粉。

✿ 乳品

在面包制作中添加乳品，能大大提高成品的营养价值，增进风味，减少油腻性及增进食欲，还能改善成品内外形状、光泽，延长成品的保存期限。

✿ 蜂蜜

面包里面加蜂蜜后，能增添风味，还能改善品质。蜂蜜中含有大量的果糖，果糖有吸湿和保持水分的特性，能使面包保持松软、不变干。果糖的这个特性在低温和干燥的环境中显得尤为重要。

✿ 玉米淀粉

又称玉蜀黍淀粉，俗名六谷粉，是微呈淡黄色的粉末。玉米淀粉可以降低面粉的筋力，更利于面粉起泡，形成良好的组织结构。

✿ 鸡蛋

面包里加入鸡蛋不仅有增加营养的效果，还能增加面包的风味。利用鸡蛋中的

水分参与构建面包的组织，可令面包柔软而美味。

✿ 吉士粉

是一种混合型的辅助料，呈淡黄色粉末状，具有浓郁的奶香味和果香味，是由疏松剂、稳定剂、食用香精、食用色素、奶粉、淀粉和填充剂组合而成，主要作用是增香、增色、增松脆，并使制品定性，增强黏滑性。

✿ 酵母

有新鲜酵母、普通活性干酵母和快发干酵母三种。在烘焙过程中，酵母产生二氧化碳，具有膨大面团的作用。酵母发酵时产生酒精、酸、酯等物质，形成特殊的香味。

✿ 烘焙专用奶粉

烘焙专用奶粉是以天然牛乳蛋白、乳糖、动物油脂混合而成，采用先进加工技术制成，含有乳蛋白和乳糖，风味接近奶粉，可全部或部分取代奶粉。与其他原料相比，同样剂量的烘焙专用奶粉具有体积小、重量轻、耐保藏和使用方便等特点，可以使焙烤制品颜色更诱人，香味更浓厚。

制作面包的基本工具

制作面包时，除了集齐原料外，制作面包的工具也少不了。以下为你介绍的都是制作面包的常用工具，希望你能够灵活运用它们，做出美味的面包。



✿ 和面机

和面机又称拌粉机，主要用来拌和各种粉料。它主要由电动机、传动装置、面箱搅拌器、控制开关等部件组成，它利用机械运动将粉料、水或其他配料制成面坯，常用于大量面坯的调制。和面机的工作效率比手工操作高5~10倍，是面点制作中最常用的工具。

注意事项:

不要放过多的原材料进和面机，以免机器因高负荷运转而损坏。

✿ 手动打蛋机

在面包制作过程中，用于搅拌各种液体和糊状原料，可使搅拌的工作更加快速、均匀。

注意事项:

1. 不可超量搅拌。
2. 保持器具的清洁。

❁ 擀面杖

用于小量的酥类面包和糕点制作的棍子。

注意事项:

1. 最好选择木制结实、表面光滑的擀面杖。
2. 尺寸依据平时用量选择。

✿ 量杯

杯壁上有标示容量，可用来量取材料，如水、油等，通常有大小尺寸可供选择。

注意事项:

1. 读数时注意刻度。
2. 不能作为反应容器。
3. 量取时选用适合的量程。

❁ 滑轮刀

制作丹麦类面包时的方便用具。

注意事项:

注意刀具的清洁，以免生锈。

❁ 模具

大小、形状各异，根据需要的形状选取对应的模具。

注意事项:

应选择合适大小的模具，并注意保持模具的清洁。

在自己制作面包的过程中会出现各种问题，比如成品面包表皮颜色不好看、吃起来不够柔软，体积太小等。你会因为这些问题半途而废，或是从此放弃吗？下面是面包制作中常会遇到的问题，希望能对你有所帮助。

❁ 为什么出炉后的面包体积小？

1. 酵母量不足，酵母已过期，新鲜酵母未解冻。

2. 面粉储存太久或太新鲜，面粉筋度太弱或太强。

3. 面团含盐量、糖量、油脂、牛奶太多，改良剂太多或太少，使用了软水、硬水、碱性水、硫磺水等。

4. 面团用量和温度不当，搅拌速度、发酵的时间和温度过量或不足。

5. 烤盘涂油太多，温度、烘烤时间配合不当，或蒸气不足、气压太大等。

❁ 面包烘烤后，为什么表面会下塌？

1. 醒发过度。
2. 烘烤不足。
3. 面团操作时已经老化。
4. 操作时没有经过必要的排气。

❁ 为什么面包的表皮太厚？

1. 面粉筋度太强，面团量不足。
2. 油脂量不当，糖、牛奶用量少，改良剂太多。
3. 发酵太久或缺淀粉酵素。
4. 烘烤时湿度、温度不正确。
5. 烤盘涂油太多。

6. 受机械损害。

❁ 为什么出炉后的面包表皮有气泡？

1. 面团太软。
2. 面团发酵不足。
3. 面团搅拌过度。
4. 发酵室湿度太高。

❁ 为什么出炉后的面包内部有空洞？

1. 用的是刚磨出的新粉。
2. 水质不合标准。
3. 盐少或油脂硬，改良剂太多，或淀粉酵素添加不当。
4. 面团搅拌不均匀，过久或不足，速度太快。
5. 面团发酵太久或发酵时靠近热源，温度、湿度不正确。
6. 撒粉多。
7. 烤箱温度不高，或烤盘太大。
8. 整形机滚轴太热。

❁ 为什么面包易发霉？

1. 面粉质劣或储放太久。
2. 糖、油脂、奶粉用量不足。
3. 面团不软或太硬，搅拌不均匀。

4. 面团发酵湿度不当, 湿度高、时间久, 或淀粉酵素太多。

5. 撒粉太多。

6. 出炉冷却太久, 烤炉温度低、缺蒸气。

7. 包装、运输条件不好。

❁ 为什么出炉后的面包头部有顶盖?

1. 使用的是刚磨出来的新面粉, 或者面筋筋度太低, 或者品质不良。

2. 面团太硬。

3. 发酵室内湿度太低, 或时间不足, 或缺乏淀粉酵素。

4. 烤炉蒸气少, 或火力太高。

❁ 为什么出炉后的面包表皮颜色浅?

1. 水质硬度太低。

2. 面粉储放时间和发酵时间太长, 淀粉酵素不足。

3. 奶粉、糖量不足, 改良剂太多。

4. 撒粉太多。

5. 发酵室湿度不高, 烤炉湿度太低, 上火不足, 烘烤时间不够。

6. 搅拌不足。

❁ 为什么出炉后的面包内部有硬质条纹?

1. 面粉质量不好或没有筛匀, 与其他材料如酵母搅拌不匀, 撒粉多。

2. 改良剂、油脂用量不当。

3. 烤盘内涂油太多。

4. 发酵湿度大或发酵效果不好。

❁ 为什么出炉后的面包表面有斑点?

1. 奶粉没溶解或材料没拌匀, 或粘上糖粒。

2. 发酵室内湿度太大。

❁ 为什么盐和奶油要在搅拌到最后时才加入?

因为盐和奶油与干性酵母同时加入会直接抑制酵母的生长, 且盐最后加入能缩短搅拌时间减少, 能源损耗。

❁ 具有氧化成分的添加剂能否和具有乳化成分的添加剂同时使用?

因添加剂是针对面包某一方面特性不足而添加的辅助材料。氧化剂和乳化剂都是针对不同特性而使用的, 不应混合使用。

❁ 夏天温度太高, 搅拌时能否加入冰粒?

可以, 应在搅拌时先用慢速搅拌将原材料搅拌至溶解后才改用快速搅拌。

面包不宜冷藏，冷藏会使面包干硬、粗糙、口感差，即使重新加热后也不可能重新恢复之前的松软。不同的面包，保质期是不一样的，下面分别来说一说。（注：下面说的保质期全部是室温下的保质期。）

✿ 调理面包

如肉松火腿面包、热狗面包、汉堡包、玉米火腿沙拉包，保质期均只有1天。

这类面包的保质期是最短的，使这类面包很快变质的原因并不是淀粉的老化，而是馅料（肉类、蔬菜）的腐败。

热加工的调理面包（即面包里的肉类是和面团一起放进烤箱去烤的），即使放进冰箱冷藏，保质期也不会超过1天，而且口感会发生变化，因此这类面包室温保存即可。

冷加工的调理面包（即面包里的肉类是在面包出炉冷却以后再来进去的，比如三明治面包、一些沙拉面包）必须放进冰箱冷藏，才能有1天的保质期，放在室温下保质期不超过4个小时。这类面包如果不是当时立即吃掉，还是冷藏为宜。



✿ 一般的甜面包、吐司(不含馅)

如奶香吐司、罗松甜面包、花式牛奶面包，保质期均只有2~3天。

甜面包的保质期相对较长，在保质期内，面包的口感基本上能保证不发生大的变化，即面包依然会比较松软。

✿ 含馅面包、含馅土司

如豆沙卷面包、火腿奶酪土司，保质期一般为2~3天或1天。

虽然都含馅，但必须分开来看。含耐储存的软质馅料（如豆沙馅、椰蓉馅、莲蓉馅）的面包，可以储存2~3天。含肉馅（如鸡肉馅）的面包，只能储存1天。

✿ 丹麦面包

如牛角面包、丹麦葡萄卷，保质期均为3~5天。

丹麦面包的保质期较长，但请注意，如果是带肉馅的丹麦面包（如金枪鱼丹麦面包），保质期同样只有1天。

✿ 硬壳面包

如法棍，保质期只有8个小时。

硬壳面包最吸引人的便是它硬质的外壳。但在出炉后，面包内部的水分会不断向外部渗透，最终会导致外壳吸收水分变软。超过8个小时的硬壳面包，外壳会像皮革般难以下咽，即使重新烘烤，也很难恢复刚出炉的口感。

面包基本馅料和皮的制作

椰蓉馅



配方

砂糖200克，全蛋75克，椰蓉300克，奶油225克，奶粉75克，椰香粉2克。

制作时间

5分钟

成本参考价格

4元

制作步骤



1. 首先把砂糖、奶油搅拌均匀。



2. 加入全蛋拌匀。



3. 加入奶粉、椰蓉、椰香粉搅拌均匀，即可。

鸡尾酒



配方

砂糖100克，全蛋15克，低筋面粉50克，奶油100克，奶粉30克，椰蓉150克。

制作时间

5分钟

成本参考价格

4元

制作步骤



1. 将砂糖、奶油慢速拌匀。



2. 加入全蛋拌匀。



3. 加入奶粉、低筋面粉、椰蓉拌匀即可。

苹果馅



配方

苹果丁300克，奶油25克，清水45克，砂糖35克，玉米淀粉20克。

制作时间

8分钟

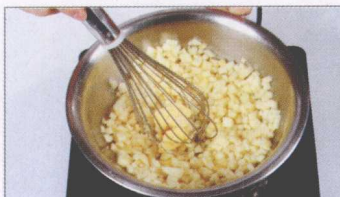
成本参考价格

4元

制作步骤



1. 把苹果丁、砂糖、奶油倒入面盘。



2. 再煮开。



3. 再加入玉米淀粉和清水煮至糊状。

巧克力馅



配方

砂糖65克，牛奶250克，全蛋30克，玉米淀粉40克，奶油10克，白巧克力150克。

制作时间

8分钟

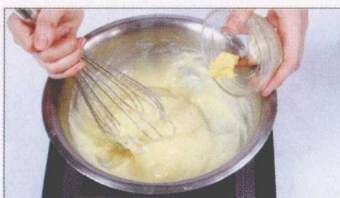
成本参考价格

8元

制作步骤



1. 将砂糖、牛奶、全蛋、玉米淀粉拌匀。



2. 煮成糊状，加奶油拌匀。



3. 最后加入白巧克力拌匀。

椰子馅



配方

砂糖250克，奶油250克，全蛋85克，奶粉85克，低筋面粉50克，椰蓉400克。

制作时间

5分钟

成本参考价格

6元

制作步骤



1. 先把砂糖、奶油搅拌均匀。



2. 加入全蛋充分拌匀。



3. 最后加入低筋面粉、奶粉、椰蓉拌匀即成。

流沙馅



配方

熟咸蛋黄50克，白奶油15克，奶粉35克，吉士粉5克，奶油75克，即溶吉士粉25克。

制作时间

5分钟

成本参考价格

6元

制作步骤



1. 将熟咸蛋黄切碎。



2. 加入奶油、白奶油拌均匀。



3. 加入吉士粉、奶粉、即溶吉士粉，拌均匀即可。